



Freundeskreis Ansbach

Erlebnispädagogisches Wochenende

„Mut zur eigenen Wahrheit“

Termin: 11.7.-13.7.2025

Campingplatz Aqua Hema/ 93476 Blaibach; Oberes Dorf 7

Teilnahmegebühr: **135€** incl. Übernachtungen in der Hütte (es stehen 4 Hütten mit 4 bzw. 6 Plätzen zur Verfügung.

110€ bei selbstorganisierter Übernachtung

Endabrechnung und eventuelle Rückzahlungen erfolgen wieder nach der Veranstaltung

Im Preis enthalten sind die Übernachtungen (Zelt, Hütte), Leihgebühr Kanu, Kosten der Therapeuten und Verpflegung **ohne Getränke!**

50% der Teilnahmegebühr bitte bei Anmeldung auf folgendes Konto anweisen:

Thomas Einsiedel SPK. Ansbach DE14 7655 0000 0009 3044 78

Wir werden wieder Wanderung, Kanutour und Yogaeinheiten anbieten können.

Als Referenten zum Thema „Mut zur eigenen Wahrheit“ konnten wir den Arbeits- und Kreativtherapeuten Uwe Rothämel gewinnen. (mehr zu diesem Thema im Anhang)

Für die Yogaeinheiten ist wieder Margarete Grosshausser am Start.

Die Kanutour werde ich begleiten und für die Wanderungen findet sich bestimmt jemand.

Anreise sollte am Freitag bis 17 Uhr erfolgen.

Die Verpflegung werden wir wieder gemeinsam vor Ort planen.

Wohnwagenstellplätze bitte direkt beim Campingplatzbetreiber unter [0171 2325552](tel:01712325552) oder 09941/ 4128 buchen.

Auf Wunsch kann ich eine Besichtigung des Blaibacher Konzerthauses organisieren.

Bitte bei der Anmeldung angeben da dies erst ab 10 Personen möglich ist.

Unkostenbeitrag € 2,50 / Person (es lohnt sich denn das Haus ist spektakulär)

Zum diesjährigen Thema noch folgenden Beitrag von Uwe:

Das diesjährige Thema „Mut zur eigenen Wahrheit“ impliziert, dass, wenn ich für etwas mutig sein soll, sich im Hintergrund möglicherweise eine „Feigheit“ oder Angst verbirgt.

Das Thema kann also auch ebenso die Fragestellung beinhalten „Was erschreckt mich an der Ehrlichkeit“? Ebenso kann der Mut zur eigenen Wahrheit bedeuten, für die persönliche Haltung Stellung zu beziehen und im Rahmen mangelnder Konfliktfähigkeiten, die Wahrung der persönlichen Grenzen zu missachten bzw. davor „einzuknicken“. Und welche „Wahrheit“ ist gemeint? Das Spannungsfeld zwischen Selbst- und Fremdwahrnehmung? Geht es darum Recht zu behalten oder das Richtige zu tun

Die Überschrift bietet somit ein umfangreiches Übungsfeld zum Erforschen von persönlicher Selbstakzeptanz, Wertetoleranz und Selbstreflexion.

Oft scheuen wir die Wahrheit aus Angst vor Veränderung oder Ablehnung. Der Widerstand gegen Leugnung fällt schwer, ist aber für unser Wachstum nötig. Eine unbequeme Wahrheit ist besser als eine beruhigende Lüge. Sie ermöglicht echte Fortschritte und persönliche Weiterentwicklung.

Mutige Offenheit kann befreiend wirken und neue Perspektiven eröffnen. Jeder kann sich dieser Herausforderung stellen und das eigene Potenzial entfalten.

In verschiedenen Kleingruppenkonzepten wird an dem Wochenende bedarfsorientiert den Fragestellungen nachgegangen, um im besten Fall neugierig auf sich selbst zu machen. Dazu trägt gleichfalls das erlebnisorientierte Angebot bei, wie die entspannungstechnischen Übungen.

Anmeldungen bitte bis zum **01.06.2025** unter: Ansbach@freundeskreise-sucht-bayern.de

Die Teilnehmerzahl ist auf 25 Personen beschränkt

Wir freuen uns auf Eure Teilnahme und bitten die FK-Begleiter diese Mail in den Gruppen bekannt zu machen.

Viele Grüße

Jeannette und Thomas